

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rencana atau strategi yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian (Christensen dalam Seniati, Yulianto, dan Setiadi, 2009). Desain atau perencanaan diperlukan sebelum melakukan atau membuat sesuatu agar hasilnya sesuai dengan keinginan atau harapan (Seniati, Yulianto, dan Setiadi, 2009).

Desain penelitian eksperimen yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*, desain ini disebut juga dengan desain perlakuan ulang yang menggunakan satu kelompok subjek (kasus tunggal) serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan subjek. Perbedaan dari kedua hasil pengukuran akan dianggap sebagai efek perlakuan (Latipun, 2004). Simbol dari desain ini adalah:

$$\text{nonR } O_1 \Rightarrow (X) \Rightarrow O_2$$

Keterangan:

nonR : non random (pemilhan subjek penelitian)

O₁ : pengukuran terhadap variabel dependen (*pre-test*)

O₂ : pengukuran terhadap variabel dependen (*post-test*)

X : pemberian perlakuan (menulis ekspresif)

Pertimbangan peneliti tidak menggunakan random adalah, karena terdapat karakteristik subjek yang tidak memungkinkan untuk dipilih sebagai subjek

penelitian yaitu, kondisi subjek yang mengikuti kelas pengembangan diri yang telah berlangsung lama akan dapat mempengaruhi hasil penelitian terhadap instrumen yang diberikan, karena subjek dalam kelas pengembangan diri mendapatkan perlakuan intens berupa membantu para narapidana remaja memahami dirinya, meningkatkan kepercayaan diri, keislaman, dan rasa bersalah.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah:

- a. Variabel terikat : *coping*
- b. Variabel bebas : menulis ekspresif

2. Definisi Operasional

a. *Coping*

Coping adalah usaha yang ditujukan untuk mengurangi beban fisik, emosional, dan psikologis dalam diri individu, untuk mengatasi berbagai macam tekanan dan permasalahan yang dialami narapidana remaja di Lapas. Pengukuran *coping* dilakukan dengan memberikan skala *coping* berdasarkan teori dari Lazarus dan Folkman (1984) yaitu, strategi *coping* berfokus masalah, dan strategi *coping* berfokus pada emosi. Skala dibuat oleh peneliti dengan pilihan jawaban berupa Selalu (SL), Sering Sekali (SS), Sering (S), Jarang (J), dan Tidak Pernah (TP).

b. Menulis Ekspresif

Menulis ekspresif merupakan kegiatan untuk menyalurkan pesan dalam pikiran yang sulit disampaikan secara verbal melalui proses pembuatan makna, sehingga dapat menjernihkan pikiran, mengelola keadaan traumatis secara psikologis, mengingat informasi baru, membantu memecahkan masalah dan dapat memahami peristiwa-peristiwa yang dialami serta meningkatkan kesehatan fisik dan mental seseorang.

Penelitian ini menggunakan menulis ekspresif sebagai bagian dari manipulasi terhadap variabel bebas berupa perlakuan yang diberikan pada subjek penelitian. Perlakuan yang diberikan berdasarkan dari rancangan eksperimen yang telah disusun oleh peneliti, diadopsi dari rancangan penelitian menulis ekspresif yang disusun oleh Pennebaker.

C. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini penulis memilih narapidana di Lapas anak IIB Pekanbaru sebagai subjek penelitian. Berdasarkan data terakhir jumlah penghuni per-UPT pada Kanwil (2014) sebanyak 46 orang. Subjek penelitian diperoleh dengan menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Teknik ini digunakan pada penelitian yang lebih mengutamakan tujuan penelitian daripada sifat populasi dalam menentukan sampel penelitian (Bungin, 2005). Pemilihan sampelnya sesuai dengan yang dikehendaki, berdasarkan ciri, sifat dan karakteristik tertentu yang dipandang sesuai dengan ciri atau sifat populasi yang diketahui sebelumnya (Arikunto, 2006).

Yang menjadi karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah :

1. narapidana yang belum atau tidak pernah mengikuti kelas pengembangan diri,
2. Bukan sebagai tahanan pendamping yang memiliki pengamanan minimum,
3. Narapidana yang masih memiliki penanganan maksimum sebagai tahanan dan tanpa kegiatan apapun.

Dibawah ini merupakan tabel data narapidana remaja berdasarkan kategori subjek dan jumlah kasar subjek setiap kategori, yang menjadi pertimbangan peneliti untuk tidak mengambil subjek penelitian secara random.

Tabel 3.1
Jumlah Narapidana Remajadi Lapas Anak Kelas II B Pekanbaru

Kategori	Jumlah
Narapidana yang telah mengikuti kelas pengembangan diri	16
Tahanan pendamping yang memiliki penanganan minimum	23
Narapidana dengan penanganan maksimum (subjek penelitian)	7
Total	46

Sumber data: Psikolog Lapas Anak kelas II B, Pekanbaru

D. Metode Pengumpulan Data

1. Alat Ukur

a. Skala *Coping*

Penelitian ini menggunakan skala *coping* yang disusun berdasarkan teori dari Lazarus dan Folkman (1984), yang dibedakan menjadi dua jenis strategi *coping* yaitu, *problem-focused coping* dan *emotion focused coping* dengan beberapa aspek yaitu: konfrontasi, pencarian dukungan sosial, perencanaan penyelesaian masalah, serta kontrol diri, menjauh, penilaian

kembali secara positif, penerimaan tanggung jawab, dan melarikan diri atau menghindari.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala Likert yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Jawaban setiap item mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Rentang skor yang diberikan untuk pernyataan positif (*favorable*) adalah dari 5 sampai 1 sedangkan pernyataan negatif (*unfavorable*) dari 1 sampai 5. Respon yang diberikan diantaranya yaitu: Selalu (SL), Sering Sekali (SS), Sering (S) Jarang (J), dan Tidak Pernah (TP) (Arikunto, 2010).

Berikut ini *Blue Print* skala *coping* A dan B yang akan diuji coba dapat dilihat pada tabel 3.2 dan tabel 3.3.

Tabel 3.2
***Blue Print Coping* Berfokus Pada Masalah A**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Konfrontasi	Menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan, tingkat kemarahan yang tinggi, mengambil risiko	2, 7, 11,	4, 9	5
2	Pencarian dukungan Sosial	Memperoleh nasehat, informasi, dan bantuan	1, 10,	3, 6	4
3	Perencanaan penyelesaian masalah	Menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah	5, 8	12, 13	4
Jumlah					13

Tabel 3.3
Blue Print Coping Berfokus Pada Emosi A

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Kontrol diri	Penyesuaian diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait dengan masalah	1, 4	10, 7	4
2	Menjauh	Tidak melibatkan diri pada permasalahan, menganggap masalah sebagai lelucon,	13	3, 5, 6	4
3	Penilaian kembali secara positif	Menciptakan arti positif, fokus pada pengembangan diri, bersifat religius,	2, 9	12, 16	4
4	Penerimaan tanggung jawab	Menyadari tanggung jawab diri sendiri, mencoba menerima masalah,	17, 19	15, 18	4
5	menghindar	mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.	11, 20	8, 14	4
Jumlah					20

Tabel 3.4
Blue Print Coping Berfokus Pada Masalah B

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Konfrontasi	Menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan, tingkat kemarahan yang tinggi, mengambil risiko	1,4	7	3
2	Pencarian dukungan Sosial	Memperoleh nasehat, informasi, dan bantuan	9, 3	5	3
3	Perencanaan penyelesaian masalah	Menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah	6	2, 8	3
Jumlah					9

Tabel 3.5
Blue Print Coping Berfokus Pada Emosi B

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Kontrol diri	Penyesuaian diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait dengan masalah	1, 4, 10	8, 13	5
2	Menjauh	Tidak melibatkan diri pada permasalahan, menganggap masalah sebagai lelucon,	15, 6	9	3
3	Penilaian kembali secara positif	Menciptakan arti positif, fokus pada pengembangan diri, bersifat religius,	2, 3	12	3
4	Penerimaan tanggung jawab	Menyadari tanggung jawab diri sendiri, mencoba menerima masalah,	5, 7	11	3
5	menghindar	mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.	17	14,16	3
Jumlah					17

b. Observasi

Di dalam pengertian psikologi, observasi atau yang disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemusatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Pada penelitian ini observasi dilakukan untuk mengamati subjek saat perlakuan menulis ekspresif diberikan. Pengamatan perilaku nonverbal yang diamati meliputi gerak tubuh, ekspresi wajah, kontak mata, dan berbagai petunjuk paralinguistik tertentu yang dapat memberikan pesan atau makna dari perilaku yang dimunculkan (Montensen, 1972).

Cara yang paling efektif dalam observasi adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen. Peneliti melakukan observasi secara *sistematis* yaitu, dilakukan oleh pengamat

dengan menggunakan pedoman sebagai instrumen pengamatan (Arikunto, 2010). Berdasarkan jenis skala penilaian observasi yang di kemukakan oleh Kerlinger (2002) peneliti menggunakan daftar atau *check list* untuk membuat pedoman panduan observasi. Daftar atau *check list* berisi target amatan observer yang memberikan ruang jawaban dengan menandai tanda cek yang sesuai dengan ada tidaknya amatan, disertai deskriptif atau naratif berupa alasan atau pertimbangan observer saat menentukan *check list* (widyastuti, dan Amperawan, 2014).

Tabel 3.6
Panduan Observasi

no	Kegiatan yang dimunculkan	Ya	Tidak	Keterangan
1	Ekspresi wajah saat menulis			
2	Gerak tubuh reflek			
3	Kegiatan menggunakan pensil			
4	Menggoyang-goyangkan kaki			
5	Menoleh ke kanan- ke kiri			
6	Fokus atau serius saat menulis			
7	Catatan lainnya: 1..... 2..... 3.....			

c. Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewee*) (Arikunto, 2010). Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam serta jumlah respondennya. Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Tujuan

wawancara ini untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, pendapat, dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan (Sugiyono, 2013).

Peneliti menggunakan wawancara untuk menemukan permasalahan yang akan diteliti, menggali informasi dari responden tentang permasalahan yang ingin diketahui dan digunakan untuk melengkapi sumber data yang diinginkan.

Tabel 3.7

Lembar Pedoman Wawancara

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang Anda rasakan setelah mengikuti kegiatan menulis ekspresif ini? 2. Apa saja manfaat yang didapat dari kegiatan tersebut? 3. Apa yang paling Anda sukai dari mengikuti kegiatan ini? 4. Bagaimana perasaan Anda setelah menulis ekspresif emosi ? 5. Adakah hal baru yang Anda dapatkan dari kegiatan menulis ekspresif ini? Seperti apa? 6. Permasalahan apa saja yang Anda rasakan ? 7. Catatan lainnya..... : |
|--|

2. Uji Coba Alat Ukur

Untuk mendapatkan hasil peneitian yang baik, maka peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur (*try out*) pada narapidana anak Pekanbaru Lapas IIB dengan jumlah 46 orang. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kesahihan (validitas) dan kekonsistenan (reliabilitas) sehingga mendapatkan aitem-aitem yang layak dipakai sebagai alat ukur. Skala *coping*A dan B yang akan diuji cobakan digunakn untuk memilih subjek eksperimen, dengan melihat pada tingkat tinggi rendahnya *coping* yang dimiliki subjek penelitian.

3. Metode Analisis Data

Metode statistik yang digunakan dalam menganalisis data untuk desain *one group pretest-posttest design* menggunakan uji-t. Uji-t digunakan untuk menguji perbedaan rerata nilai hasil pengukuran pada kedua nilai yang dihasilkan oleh pretest dan posttest (Arikunto, 2002). Pada uji-t terdapat teknik analisis data *Wilcoxon Match Pairs Test* yang merupakan statistik *nonparametric*. Teknik ini merupakan penyempurnaan dari uji-t (Sugiyono, 2014). Peneliti menggunakan Program SPSS 19,0 (*Statistical Package for Social Sciences*) untuk menganalisis data kuantitatif.

4. Rancangan Eksperimen

Rancangan eksperimen dalam penelitian diadaptasi dari penelitian Pennebaker dan Beall (2002), yang telah dimodifikasi oleh peneliti diantaranya yaitu:

- a. Peneliti memilih sekelompok individu berdasarkan kriteria yang telah ditentukan untuk menuliskan pengalaman-pengalaman traumatis maupun emosional selama berada di Lapas Anak IIB Pekanbaru.
- b. Atas kesediaan subjek penelitian, sebelum memberikan perlakuan menulis ekspresif, maka peneliti akan memberikan skala *coping* pada subjek penelitian. Hal ini dilakukan untuk mengetahui *strategic coping* yang dimiliki narapidana saat menghadapi masalah selama berada di Lapas sebelum diberikannya perlakuan menulis ekspresif, pada tanggal 21 Januari 2015.

- c. Perlakuan menulis ekspresif diberikan selama empat hari dimulai pada tanggal 23, 24, 25, dan 26, Januari 2015 dengan waktu 30 menit sehari.
- d. Subjek penelitian hanya diperintahkan untuk menuliskan perasaan atau fakta atau perasaan dan fakta sekaligus yang berkaitan dengan masalah yang dimiliki.
- e. Kegiatan menulis ekspresif dilakukan di sebuah ruang yang telah disediakan oleh pihak Lapas, dan telah memenuhi persyaratan seperti, memiliki pencahayaan yang cukup, dilengkapi dengan meja dan kursi untuk menulis.
- f. Kegiatan harus dilakukan secara anonim dan rahasia, maka para peserta diminta menuliskan inisial bukan nama peserta.
- g. Setelah subjek penelitian diberikan perlakuan menulis ekspresif, peneliti kembali memberikan skala *coping* untuk mengetahui bagaimana strategi *coping* yang dilakukan subjek penelitian setelah diberikannya perlakuan menulis ekspresif. Tujuan dilakukannya *pretest-posttest* dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan nilai skor subjek eksperimen sebelum dan setelah diberikannya perlakuan. Posttest diberikan pada tanggal 5 Februari 2015, seminggu setelah perlakuan. Pertimbangan peneliti memberikan posttest seminggu setelah perlakuan adalah untuk memberikan kesempatan pada subjek penelitian kembali pada aktifitas hidup sebelumnya.

- h. Kemudian, setelah kegiatan menulis pada hari terakhir selesai, peneliti melakukan wawancara individual dengan subjek penelitian tentang pengalaman dan perasaannya terhadap eksperimen tersebut.

Tabel 3.8
Jadwal Penelitian Eksperimen Menuis Ekspresif Pada Narapidana Remaja Di Lapas Anak Pekanbaru Kelas II B

TANGGAL	KEGIATAN	PETUGAS	PUKUL
10-21/1 /2015	<i>Pretest</i>	Peneliti	09.00 – 10.25
23 /1 /2015	Menulis ekspresif hari ke-1	Eksperimenter	09.25 – 09.55
24 /1 /2015	Menulis ekspresif hari ke-2	Eksperimenter	08.53 – 09.21
25 /1 /2015	Menulis ekspresif hari ke-3	Eksperimenter	09.12 – 09.42
26/ 1 /2015	Menulis ekspresif hari ke-4	Eksperimenter	09.30 – 10.00
5 /2 /2015	<i>Posttest</i>	Peneliti	10.00 – 10.30s
5 /2 /2015	Wawancara individual	Eksperimenter	13.00 – 15.30

5. Uji Daya Beda

Salah satu cara untuk melihat apakah validitas isi telah terpenuhi adalah dengan memeriksa masing-masing butir aitem, apakah telah sesuai dengan indikator perilaku yang akan diungkap. Kemudian setelah pengujian validitas isi adalah melakukan validitas konstruk, yaitu melakukan uji daya beda aitem atau daya diskriminasi aitem.

Daya diskriminasi aitem merupakan pola indikator keseluruhan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem total (Azwar,2010). Untuk melihat daya diskriminasi aitem peneliti melakukan *tryout* kepada 46 tahanan remaja yang berda di Lapas Anak Pekanbaru Kelas IIB. Hasil dari *tryout* tersebut dianalisis menggunakan program *SPSS 19,0 for windows*.

Apabila aitem yang dimiliki indeks daya beda diskriminasi sama dengan atau lebih besar dari 0,30 maka dapat dipilih aitem-aitem yang memiliki indeks daya diskriminasi tertinggi. Apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi dari jumlah yang diinginkan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteri 0,30 menjadi 0,25 (Azwar,2010).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan indeks $r \geq 0,25$ untuk daya beda aitem yang akan digunakan. Maka, aitem yang nilai koefisien korelasi aitem total $\leq 0,25$ dianggap gugur dan tidak dimasukkan kedalam skala penelitian. Hasil *tryout* skala *coping* yang terdiri dari strategi *coping* berfokus masalah yang memiliki 22 aitem, dengan 8 aitem yang sah, dan 14 aitem yang gugur, dan pada skala strategi *coping* berfokus emosi memiliki 37 aitem, dengan 24 aitem yang sah dan 13 aitem yang gugur. Masing-masing aitem memiliki koefisien korelasi aitem total diatas 0,25 yang berkisar antara 0, 250 – 0,699. Berikut ini adalah *blueprint* skala *coping* berfokus masalah dan *coping* berfokus emosi dengan aitem yang valid setelah dilakukannya *tryout*.

Tabel 3.9
Blue Print Coping Berfokus Pada Masalah A

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Konfrontasi	Menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan, tingkat kemarahan yang tinggi, mengambil risiko	-	-	-
2	Pencarian dukungan Sosial	Memperoleh nasehat, informasi, dan bantuan	-	3, 6	2
3	Perencanaan penyelesaian masalah	Menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah	8	12, 13	3
Jumlah					5

Tabel 3.10
Blue Print Coping Berfokus Pada Emosi A

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Kontrol diri	Penyesuaian diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait dengan masalah	14, 17	20, 33	4
2	Menjauh	Tidak melibatkan diri pada permasalahan, menganggap masalah sebagai lelucon,	26	-	1
3	Penilaian kembali secara positif	Menciptakan arti positif, fokus pada pengembangan diri, bersifat religius,	15, 22	25, 29	4
4	Penerimaan tanggung jawab	Menyadari tanggung jawab diri sendiri, mencoba menerima masalah,	30, 32	28	3
5	menghindar	mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.	24	21	2
Jumlah					14

Tabel 3.11
Blue Print Coping Berfokus Pada Masalah B

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Konfrontasi	Menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan, tingkat kemarahan yang tinggi, mengambil risiko	-	40	1
2	Pencarian dukungan Sosial	Memperoleh nasehat, informasi, dan bantuan	42	-	1
3	Perencanaan penyelesaian masalah	Menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah	39	-	1
Jumlah					3

Tabel 3.12
Blue Print Coping Berfokus Pada Emosi B

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jmlh
			<i>Favora bel</i>	<i>Unfavo rabel</i>	
1	Kontrol diri	Penyesuaian diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait dengan masalah	43, 52	50, 55	4
2	Menjauh	Tidak melibatkan diri pada permasalahan, menganggap masalah sebagai lelucon,	-	-	-
3	Penilaian kembali secara positif	Menciptakan arti positif, fokus pada pengembangan diri, bersifat religius,	44, 45	-	2
4	Penerimaan tanggung jawab	Menyadari tanggung jawab diri sendiri, mencoba menerima masalah,	47, 49	53	3
5	menghindar	mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.	-	56	1
Jumlah					10

E. Reliabilitas dan Validitas

1. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel, dengan kata lain reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2011). Reliabilitas dapat diuji dengan menggunakan teknik *alpha* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) melalui komputer.

Secara empirik, tinggi-rendahnya reliabilitas ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Walaupun secara teoritik besarnya koefisien reliabilitas berkisar mulai dari 0,0 sampai dengan 1,0 akan tetapi pada kenyataannya koefisien sebesar 1,0 dan sekecil 0,0 tidak pernah dijumpai.

Koefisien reliabilitas $r_{xx'} = 1,0$ berarti adanya konsistensi yang sempurna pada hasil ukur yang bersangkutan (Azwar, 2009).

Untuk menghitung reliabilitas pada skala penelitian peneliti menggunakan program *SPSS 19,0 for windows*. Dari hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa koefisien reliabilitas skala *coping* dari 32 aitem yang valid adalah 0,908 yang artinya terdapat konsistensi sempurna pada hasil ukur yang digunakan.

Tabel 3.13
Hasil Uji Reliabilitas Skala *Coping*

Total sampel	Jumlah aitem	Koefisien reliabilitas
46	32	0,908

2. Validitas

Menurut (Azwar, 2007) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut.

Apabila carad an isi tindakan tes sudah benar, dapat dikatakan bahwa peneliti sudah memperoleh instrumen yang memiliki validitas logis, karena validitas ini diperoleh dengan suatu usaha hati-hati melalui cara yang benar sehingga menurut logika akan mencapai suatu tingkat validitas yang dikehendaki. Peneliti juga harus menguji validitas instrumen, yaitu dengan cara mencoba instrumen tersebut pada sasaran dalam penelitian yang disebut dengan kegiatan uji coba (*try-out*) instrumen (Arikunto, 2010). Dalam validitas isi menunjukkan sejauhmana aitem dalam tes mencakup seluruh kawasan isi yang hendak diukur.

Validitas aitem bertujuan untuk mengetahui apakah aitem yang digunakan baik atau tidak memenuhi kriteria dengan mengkorelasikan skor butir dengan skor total. Penentuan kriteria aitem yang valid adalah 0,30 atau diatas 0,25 sudah dianggap baik (Azwar, 2007)

Ada dua jenis validitas dalam penelitian eksperimen yaitu validitas internal dan eksternal. Suatu eksperimen memiliki validitas internal yang tinggi apabila perubahan yang terjadi pada variabel dependen yang diamati benar-benar disebabkan oleh perlakuan yang diberikan dalam eksperimen, bukan dikarenakan faktor kebetulan maupun disebabkan oleh faktor lain yang tidak relevan (Azwar, 2011). Terdapat beberapa faktor pengganggu validitas internal yang dapat menimbulkan invaliditas pada suatu eksperimen jika tidak dikendalikan. Beberapa ancaman terhadap validitas internal yang perlu diperhatikan dan upaya yang dilakukan peneliti yaitu:

a. *Proactive history*

Proactive history merupakan kejadian di lingkungan penelitian, di luar perlakuan yang muncul selama penelitian berlangsung, yaitu antara tes pertama dan berikutnya. Perubahan dalam bidang sosial, politik, sosial ekonomi, cuaca dan sebagainya yang terjadi antara tes pertama dan tes berikutnya mempengaruhi perilaku. Faktor ini akan berpengaruh lebih besar apabila penelitian berlangsung lebih lama (Latipun, 2004). Untuk menghindari invaliditas tersebut, maka penelitian eksperimen ini dilakukan selama 4 hari berturut-turut, dalam waktu 30 menit dengan pengulangan waktu yang sama di hari berikutnya.

b. *Retroactive history*

Retroactive history terjadi pada penelitian yang menggunakan *pretest-posttest*, dimana setiap subjek mengalami pengukuran VT sebanyak dua kali. Perubahan dan pengaruh yang dialami subjek diantara waktu pemberian *pretest* dengan *posttest* tersebut dapat mempengaruhi perubahan VT (Latipun, 2004). Untuk itu alat ukur yang diberikan saat *pretest* dan *posttest* disajikan secara berbeda seperti pada perubahan nama dalam soal cerita dan penomoran aitem yang diacak (skala A dan skala B).

c. *Maturation*

Maturasi adalah proses perubahan pada subjek eksperimen yang terjadi seiring dengan berjalannya waktu. Dalam suatu eksperimen yang melaksanakan waktu cukup panjang, subjek dapat terpengaruh dikarenakan menjadi lelah, bosan, lapar, atau karena bertambahnya usia. Perubahan-perubahan ini dapat mempengaruhi performansi subjek dalam eksperimen baik ke arah yang positif maupun ke arah yang negatif (Azwar, 2001). Untuk mencegah terjadinya maturasi, peneliti melakukan menulis ekspresif selama empat hari berturut-turut, masing-masing dalam waktu 30 menit.

d. *Testing*

Testing terjadi bila dilakukan desain penelitian ulang (*pretest-posttest*), sehingga terjadi kenaikan skor uji akhir karena subjek pernah mengerjakan uji awal. Faktor ini berupa efek pengukuran atau tes yang dikenakan pertamakali (*pretest*) terhadap pengukuran ulang (*posttest*). Bila *pretest* ternyata semacam latihan bagi subjek, maka dapat terjadi peningkatan skor

subjek pada *posttest* yang bukan semata-mata disebabkan oleh adanya perlakuan eksperimen (Azwar, 2011). Untuk itu alat ukur yang diberikan saat *pretest* dan *posttest* akan dibedakan penyajiannya.

e. *Instrumentation effect*

Instrumentation effect merupakan pemberian alat ukur dalam penelitian yang dapat mempengaruhi validitas internal. Terjadinya perubahan pada alat ukur atau pada proses pengukuran antara pengukuran yang satu dan yang lain selagi dalam pelaksanaan eksperimen akan dapat menimbulkan pengaruh pada variabel dependen selain yang diakibatkan oleh efek perlakuan. Apabila terjadi perubahan kondisi pelaksanaan pengukuran semisal ketidak konsistenan, kelelahan, pergantian pelaksana, dan sebagainya, juga dapat mengurangi keyakinan akan besarnya efek perlakuan (Azwar, 2011). Oleh karena itu peneliti memberikan skala dengan model cerita yang berbeda pada skala *pretest* dan *posttest*.

f. *Participant sophistication*

Participant sophistication yaitu pengetahuan dan familiaritas subjek penelitian terhadap topik penelitian atau metode eksperimental yang dilakukan dapat mempengaruhi hasil penelitian (Latipun, 2004). Untuk menghindari invaliditas ini, peneliti merancang model eksperimen ini dengan kasus agar subjek penelitian menganggap perlakuan yang diberikan adalah perlakuan yang belum dilakukan dan diberikan sama sekali.

g. *Mortalitas*

Mortalitas merupakan kehilangan subjek dari satu atau beberapa kelompok yang dipelajari yang terjadi selama penelitian berlangsung. Hal ini perlu memperoleh perhatian terutama jika eksperimental berlangsung lama (Azwar, 2011). Untuk mengatasinya, peneliti telah melakukan kesepakatan kepada subjek penelitian untuk mengikuti proses pelaksanaan perlakuan yang diberikan hingga penelitian selesai.

h. *Experimenter effect*

Interaksi antar eksperimenter dan subjek penelitian turut mempengaruhi validitas internal penelitian (Latipun, 2004). Untuk itu eksperimenter dalam penelitian ini telah memahami dan menguasai aturan modul yang diberikan, dan memiliki kemampuan dalam berkomunikasi.

Dari delapan faktor yang mempengaruhi validitas internal ini, maka peneliti berusaha untuk mengontrol setiap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dan mengganggu kecermatan dalam validitas penelitian.